

Blauwe koe naar fitness

Op de loopband en de trampoline

Blauwe koe is nieuwsgierig naar de sportschool. Je zou het misschien niet verwachten, maar ze steelt – een beetje per ongeluk weliswaar – de show!

In een weiland niet ver weg staat een kudde koeien rustig te grazen.

Een van de koeien is anders dan de rest. Blauwe koe staat te dromen.

Ze droomt over de grote wereld buiten haar vertrouwde weiland.

Op een dag ziet blauwe koe een worm bewegen in het gras.

Dat ziet eruit als een goede oefening – waar zou ik dat kunnen leren?

“Daar gaat ze weer,” zeiden de andere koeien.

Blauwe koe stapt op de bus naast haar weiland.

“een kaartje naar de sportschool alstublieft.”

“alstublieft mevrouw – houdt u zich goed vast.”

En ze rijden weg voor een lesje fitness

Ze komen aan bij de fitnessruimte

Een man voorin roept wat ze moesten doen

Stap naar rechts 5, 6, 7, 8 en nu naar links 5, 6, 7, 8

“Oh hallo, ik ben blauwe koe”

“Hallo, zegt de instructeur, “en welkom bij fitness voor beginners”

“dat ziet er leuk uit, mag ik meedoen?”

“Natuurlijk, doe William en Wendy maar na” zegt hij, terwijl hij wijst naar de plek tussen een jongen en een meisje.

“We doen een warming-up voor we op de toestellen gaan”, zegt hij hij

De muziek begint weer.

“Naar rechts 3, 4, naar links 3, 4”

Blauwe koe botst tegen William op. “Boe sorry, volgens mij heb ik het nog niet helemaal door”

“Oke”, zegt de instructeur. “Nu we zijn opgewarmd kunnen we met de apparaten aan de slag” En hij wijst naar een fiets, een trampoline en een machine met handvatten.

Blauwe koe springt op de fiets. “Boe! Wat gek, ik trap maar ik kom niet vooruit!”

“Dat komt omdat dit een hometrainer is, hij heft geen Wielen”, legt William uit.

“Tijd om te wisselen” roept de instructeur. Nu moet blauwe koe op de loopband.

“Boe! Ik ren zo hard maar ik ga weer nergens naartoe!” En per ongeluk leunt Blauwe koe op een knopje op de machine.

“Boeee! De loopband gaat nog harder.

En harder. En harder tot...

“Boe!” Blauwe koe er vanaf vliegt

BONG!

Ze landt op de trampoline en...

TWANG!

Stuiter, springt en landt met een koprol.

“Hoera!,” roept de rest van de klas

“Je bent een natuurtalent blauwe koe”, zegt de instructeur.

“Ach, het was niets”

“Jullie raden nooit waar ik ben geweest!”

“Waar ben je geweest?”

“Ik ben naar een sportschool geweest en heb allemaal oefeningen gedaan”

“Iedereen weet dat koeien geen oefeningen kunnen doen”

Maar wij weten wel beter, of niet?